يهنئ

الأستاذ الدكتور

محمد عبد السميع عيد

نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

ورئيس مجلس إدارة

مركز الدراسات والبحوث البيئية

بجامعة أسيوط

الأخوة المسيحيين برأس السنة

الميلادية، وبقرب حلول

عيد الميلاد المجيد

وكل عام وأنتم بخير

ترى من يفوز بكأس التميز البيئى للعام الجامعى ٢٠١١/٢٠١٢م لجامعة أسيوط ؟

هذا ما سوف تسفر عنه نتيجة التقييم البيئى لكليات جامعة أسيوط فى الساعة الثامنة من مساء **يوم الثلاثاء** ٢٠١٣/٢/١٩ فى حفل ينظمه مركز الدراسات والبحوث البيئية، ويتم فيه تسليم كؤوس التميز البيئى على شرف **السيد الأستاذ الدكتور/ مصطفى محمد كمال** رئيس الجامعة وبحضور سيادته، وعمداء ووكلاء الكليات والطلاب المتميزين فى الأنشطة البيئية بالقاعة الثمانية بالمبنى الإدارى، وتتنافس كليات الجامعة على ثلاثة كؤوس للقطاعات المختنفة، أولها لكليات القطاع الطبى، وثانيها للقطاع الهندسي والعلمى، وثالثها لقطاع العلوم الإنسانية.

الأمراض التي قد تسببها بعض القطط للإنسان

إن خطر انتقال الأمراض من القطط إلى الإنسان سليم المناعة يعتبر خطراً محدوداً، وذلك لأن معظم الأمراض المنتقلة إليه من القطط تعتبر أمراضاً بسيطة يمكن علاجها أو الوقاية منها بسهولة باستثناء عدد قليل من الأمراض الخطيرة مثل السعار. ولكن الصورة تختلف تماماً بالنسبة للأشخاص ضعاف المناعة حيث يمكن انتقال أمراض شديدة ومهددة للحياة من القطط إليهم، ومن أمثلة هؤلاء: الأشخاص المصابون بمرض نقصان المناعة (الإيدز)، والأشخاص المصابون ببعض أمراض الدم مثل: سرطان الدم وأمرض نقص خلايا الدم البيضاء، والأشخاص الذين يتناولون أدوية تقلل من المناعة مثل الأدوية

المحتوية على مادة الكورتيزون، وأيضاً الأطفال حديثى الولادة فى الشهور الأولى من العمر تكون المناعة عندهم ضعيفة بعض الشئ. وكذلك المسنين الذين تجاوزوا السبعين أو الثمانين من العمر.

أولاً- الأمراض الفطرية:

القوباء: هو أشهر الأمراض التى يمكن أن تنتقل من القطط إلى الإنسان، حوالى ٤٠٪ من القطط تحمل هذا المرض، ويمكن انتقاله منها إلى الإنسان. يظهر المرض على جلد الإنسان على شكل حلقات حمراء تسبب الحكة تتسع تدريجياً، وتعالج بالدهانات المضادة للفطريات. وإذا لم تعالج فإنها تشفى من تلقاء نفسها فى خلال عدة شهور.

ثانياً- الأمراض البكتيرية:

١- التهاب ملتحمة العين: ينتقل هذا المرض من القطط إلى الإنسان وأعرضه تتمثل فى إحمرار العين مع إفرازات صديدية، ويسهل علاجه فى القطط والإنسان بالقطرات والمراهم، والوقاية تتمثل فى غسل الأيدى جيداً بعد ملامسة القطة عند إصابتها بالمرض. وعدم السماح للقطة بالتنقل بالمنزل والصعود على فراش البشر، وأماكن جلوسهم أثناء إصابتها بالمرض.

٢- التهاب الحلق واللوزتين: بعض القطط تحمل الميكروب السبحى الذى يسبب هذه الإلتهابات. والعلاج يكون بالمضادات الحيوية. والوقاية تكون بعدم السماح للقطة بوضع فمها فى طعام أو شراب البشر.

٣- النزلات المعوية: بعض القطط تحمل ميكروبات السالمونيللا والكامبيلوباكتر، والتى قد تنتقل إلى الإنسان، وتسبب الإسهال والقئ. والوقاية تكون بلبس القفازات عند تنظيف القطة وغسل الأيدى جيداً بعد ملاعبتها، وإبعاد القطة عن أماكن إعداد الطعام.

٤- عضة القطة: أكثر من ٧٥٪ من القطط تحمل فى فمها ميكروب الباستيوريللا الذى قد يسبب نوع من الحمى، وبعض القطط تحمل أيضاً البكتيريا العنقودية، وكذلك مرض التيتانوس يمكن انتقاله عن طريق عضة القط، هذا بالإضافة طبعاً إلى مرض السعار، لذلك ينصح بطلب المساعدة الطبية العاجلة بأسرع وقت ممكن بعد حدوث العضة، خاصة إذا كانت القطة مجهولة الهوية. أو معروفة والعضة

عميقة وشديدة، وذلك للتعامل مع الجرح والوقاية من النتائج المحتملة. أما لو كانت عضة سطحية بسيطة من القطة المنزلية المطعمة فيكتفى بغسل مكان العضة جيداً بالماء، ويطهر ببعض المطهرات مثل مسحات الكحول أو السافلون، ويوضع على المكان مرهم مضاد حيوى مثل مرهم الباكتروبان.

٥- مرض خدش القطة: هو مرض تحمله القطط الصغيرة أكثر من القطط الكبيرة، والبكتيريا المسببة له تسمى البارتونيللا، وتصل هذه البكتيريا إلى القطة عن طريق البراغيث التى تصيب القطط، وعندما تحمل القطة الميكروب ثم تخدش الإنسان تنتقل العدوى للإنسان، وأعراض المرض فى الإنسان تتمثل فى تضخم الغدد الليمفاوية مع سخونة أحياناً، ويعالج بالمضادات الحيوية، وهو ليس بمرض خطير بالنسبة للأشخاص أصحاب المناعة السليمة، ولكنه قد يكون خطيراً جداً إذا كانت مناعة الإنسان ضعيفة، كما ذكر سابقاً .. ينصح بغسل مكان الخدش جيداً بالماء، ويطهر ببعض المطهرات مثل مسحات الكحول أو السافلون، ويوضع على المكان مرهم مضاد حيوى.

٦- بكتيريا الهليكوباكتر بيلورى: هى البكتيريا التى تسبب قرحة المعدة والاثنى عشر فى الإنسان. وقد ثبت فى بداية التسعينات إمكانية انتقالها من القطط إلى الإنسان، وقد تسبب هذا الإكتشاف فى رعب كبير وهلع بين أصحاب القطط فى ذلك الوقت، والمرض ينتقل عن طريق تلوث الطعام بفضلات القطط، لذلك فالوقاية تتمثل فى إبعاد القطط عن أماكن إعداد الطعام وعدم وضعها على طاولات المطابخ أو طاولات تناول الطعام، وكذلك غسل الأيدى جيداً قبل إعداد أو تناول الطعام بالذات بعد ملامسة القطط.

٧- الدرن (السل): هو أحد الأمراض الخطيرة يصيب الرئة، ويصيب أماكن أخرى من جسم الإنسان، وقد ثبتت إمكانية انتقاله من القطط إلى الإنسان، لذلك يوصى بالقتل الرحيم للقطط المصابة بهذا المرض نظراً لصعوبة علاج القطط المصابة به، وإمكانية انتقاله إلى الإنسان.

ثالثاً- التوكسوبلازما:

هى كائن وحيد الخلية يصيب القطط عن طريق تناول لحوم غير مطهية جيداً أو الأكل من لحوم الفرائس المصابة. أو التعرض لأماكن

تبرز القطط الأخرى المصابة بالمرض مثل الحدائق أو الرمال. والقطة المصابة تظل تخرج البويضات مع البراز لمدة أسبوعين أو ثلاثة بعد إصابتها، وتصبح بعد ذلك غير معدية، وتكتسب مناعة قد تبقى معها مدى الحياة أو على الأقل لفترة طويلة جداً، والبويضات التى تخرجها القطة هى التى قد تعدى الإنسان أو تعدى القطط الأخرى، وهى قادرة على البقاء حية على الأرض لفترة طويلة قد تصل إلى سنة أو أكثر بالذات إذا تواجدت فى الأماكن الرطبة المظللة، وقد ثبت أن القطة المصابة تخرج حوالى عشرة ملايين بويضة مع البراز يومياً!.

ويعتبر هذا المرض مرضاً بسيطاً فى أغلب الأحوال إذا أصاب الإنسان العادى سليم المناعة حيث تظهر عليه أعراض تشبه نزلة البرد فقط أو تورم مؤقت فى الغدد الليمفاوية يزول بعد فترة أو أعراض أخرى مؤقتة تختفى بعد فترة. ولكن الأعراض قد تكون شديدة فى أحوال نادرة، ويصبح الإنسان بعد هذه الأعرض سواء كانت بسيطة أو شديدة محصناً ضد المرض، وغالباً لا يصاب به مرة أخرى حتى إذا تكرر تعرضه للبويضات المعدية.

ولكن الخطورة الحقيقية للمرض تكمن في تعرض المرأة الحامل لبويضات المرض أثناء الحمل بشرط أن تكون هذه هى المرة الأولى فى حياتها التى تتعرض فيها لهذا المرض، أما إذا كانت المرأة الحامل قد أصيبت بالمرض فى طفولتها أو فى شبابها قبل الحمل فإنها فى هذه الحالة لن تتأثر غالباً بالعدوى الجديدة لأنها تحمل مناعة ضد المرض نتيجة الإصابة القديمة. أما إذا كانت المرأة الحامل لم تتعرض للمرض من قبل وأصيبت به أثناء الحمل فإن هذا قد يؤدى إلى حدوث تشوهات فى الجنين ومشاكل أخرى قد تحدث للطفل بعد الولادة.

والوقاية من المرض بوجه عام تتمثل فى ابتعاد الإنسان أو القطط المنزلية عن تناول اللحوم غير المطهية جيداً، والإبتعاد عن أماكن قضاء الحاجة للقطط خارج المنزل، وغسل الأيدى جيداً قبل تناول الطعام. والمرأة الحامل عليها أن تتخذ إجراءات وقائية أخرى صارمة للوقاية من هذا المرض، فبالإضافة إلى اجتناب القطط الموجودة خارج المنزل، يجب تجنب اجتناب تناول اللحوم المعلبة حيث أن ما يقرب من ١٠٪ من هذه المنتجات ثبت أنها تحتوى على أكياس التوكسوبلازما، وغسل الخضروات

جيداً جداً، والأفضل تقشيرها قبل أكلها لأنها قد تتعرض للتلوث بالبويضات عن طريق التربة التى زرعت فيها، وغسل الألواح التى يتم تقطيع اللحوم عليها بالماء الساخن قبل وبعد الاستعمال، وعدم شرب الحليب غير المبستر خاصة حليب الأغنام، وكذلك منتجات الألبان غير المبسترة. وإبقاء القطة المنزلية داخل المنزل وعدم إخراجها طوال فترة الحمل وتغيير محتويات إناء قضاء الحاجة للقطة المنزلية يومياً للتخلص من البويضات قبل أن تصبح معدية مع ارتداء القفازات عند عملية التغيير، وإجراءات أخرى كثيرة.

ويمكن عمل تحليل دم للمرأة الحامل، وكذلك للقطة المنزلية للتأكد من وجود أجسام مضادة للمرض بالدم، فوجود الأجسام المضادة يجعلنا مطمئنين لأن هذا معناه وجود مناعة فى الجسم ضد المرض، وفى هذه الحالة لن يكون هناك حاجة للإجراءات الصارمة، وأما عدم وجودها فمعناه وجوب إتخاذ أقصى درجات الحذر لمنع الإصابة أثناء الحمل.

وأما عن سبب انتقال العدوى نتيجة تناول اللحوم غير المطهية جيداً هو أن الحيوان إذا أصيب بالعدوى فإن بعض أطوار التوكسوبلازما قد تنتقل من جهازه الهضمى إلى العضلات فى جميع أنحاء الجسم أو إلى المخ، وتبقى كامنة هناك طول فترة حياته، وتكون سبباً للعدوى لكل من أكل هذه العضلات أو المخ.

وجدير بالذكر أن البشر الذين يصابون بالمرض قد يحدث لهم أيضاً نفس الأمر، أى تتسرب بعض كائنات التوكسوبلازما من جهازهم الهضمى، وتبقى كامنة ومتحوصلة فى أكياس فى عضلاتهم أو مخهم أو أماكن أخرى مدى الحياة. وقد تنشط تحت ظروف معينة وتسبب أضراراً.

[http://ejabat.google.com]

الرياضة لزيادة المناعة وعلاج البرد والحركة تبنى ٣٠٠ مليار خلية يوميا

أكد عضو الجمعية المصرية للحساسية والمناعة استشارى الأطفال وزميل معهد الطفولة بجامعة عين شمس أن الحركة تمكن الجسم من بناء ٣٠٠ مليار خلية جديدة يومياً، وأن تكرار حركة العضلة يحفظ هذا العمل فى الذاكرة كما يحفظ عمل كافة المجموعات العضلية المرتبطة بتنفيذ مهمة ما.

وقال: إن تكرار حركة عضلات جسم الإنسان يحفظ هذا العمل فى ذاكرة المخ وفى كافة المجموعات العضلية المرتبطة بتنفيذ مهمة ما، ويحدث ذلك من خلال ممارسة الحياة اليومية عبر الكثير من السلوكيات الحركية عن طريق استخدام العضلات الهيكلية بصورة إرادية وبتكرار الكثير من الأنشطة اليومية تصبح أوتوماتيكية لا تحتاج إلى تركيز، وتختزن ذاكرة القوة العضلية في المخ.

وأضاف: فى ورقة عمل قدمها أمام ندوة علمية بعنوان: الرياضة وأمراض العصر، وأن المشى يحتاج إلى ٢٠٠ عضلة هيكلية تتناغم فيما بينها بتنسيق رائع يسمح برفع القدم عن طريق ٤٠ عضلة، وخلاله يتم ثنى ومد مفصل الفخذ ومفصل الركبة ومفصل الكاحل، وتشترك المائتان عضلة سواسية فى إخراج منظومة المشى بلا تفكير فى التفاصيل الدقيقة المعقدة.

وأكد أن ممارسة الرياضة المنتظمة يعد شكلاً وقائياً من أشكال الحركة حيث تخفف من الشعور بالإرهاق بنسبة ٦٠٪، والمواظبة عليها تقلل من معدلات الإصابة بنزلات البرد ومن حدة أعراضه بنسبة ٣٠٪ بالإضافة إلى أنها تختصر فترة الإصابة به بنسبة ٤٠٪ وتفيد فى التخلص من الكحة المزمنة. كما أشار: إلى أن الرياضة فى الهواء الطلق ثلاث مرات فى الأسبوع مع شرب السوائل بكثرة تساعد على خروج البلغم أفضل من الأدوية الطاردة له، وأن الرياضة المعتدلة المنتظمة تفيد مرضى الربو، وأن السباحة هى الرياضة الأفضل لهم بشرط السباحة فى المياه الدافئة.

ولفت إلى ما كشفت عنه دراسة حديثة اجريت على ٤٥٠ مريضاً يعانون من مرض الربو لمدة تجاوزت ٨ سنوات من أثر إيجابى لممارسة الرياضة على تحسن وظائف الرئة والوصول فيها لأفضل مستوى للأوكسجين ولأفضل معدلات انتظام لضربات القلب إلى جانب زيادة القدرة على القيام بالمجهود.

كما أكد أن ممارسة الرياضة تزيد من مناعة جسم الانسان حيث تعمل على زيادة عدد كرات الدم البيضاء والحمراء ومضادات الأجسام الطبيعية، وكذلك زيادة أعداد الخلايا التى تكافح العدوى والخلايا الأكولة إلى تلتهم الخلايا المريضة والخلايا السرطانية والخلايا المسنة وبقايا الالتهابات. وتابع أن الرياضة تزيد من حجم السعة الرئوية فى البالغين، ومن حجم الدم الذى يدفعه القلب فى الضربة

الواحدة من ٨٠ إلى ١٥٠ ملليمتر، وتحد من الإصابة بسرطان الرئة وتخفف من التوتر مما يرفع المناعة.

كما حذر من قلة الحركة لأنها تجعل الخلايا أكثر عرضة للتلف، وتزيد معدلات الإصابة بالسرطان وأمراض القلب وتصلب الشرايين والسكر وقلة المناعة وتراكم الدهون والسمنة. موضحاً أن الذين يمارسون الرياضة المنتظمة يظلون أكثر شباباً من غيرهم، ويبدون أصغر عمراً أى يصبحون "شباب على طول".

وأوصى بضرورة المشى السريع بشكل يومى لمدة نصف ساعة لتجنب الإصابة بالشيخوخة المبكرة مع تجنب ممارسة الرياضة في الأماكن الضيقة أو الأماكن المليئة بالتلوث والضوضاء والغبار والتراب، والتدريب على الشهيق العميق والزفير البطئ مع احكام غلق الفم.

كما تناولت الندوة فوائد الرياضة المناعية والرياضة والبرد وحركة الجنين وحركة الوليد وقلة الحركة والرياضة والجهاز التنفسى وزمن قيادة السيارات وذاكرة العضلات والصلاة كرياضة روحية.

مضادات ارتفاع ضغط الدم تقلل من انتشار الخلايا السرطانية

أظهرت دراسة قام بها مركزان بريطاني وألماني أن انتشار الخلايا السرطانية يتراجع بشكل ملحوظ عند تناول الأدوية الخافضة لضغط الدم. وعرضت نتائج الدراسة أمام مؤتمر أوروبي خاص بمرض سرطان الثدي عقد في مدينة برشلونة الأسبانية.

ويعتقد أن العقار المضاد لارتفاع ضغط الدم من نوع مثبطات بيتاً يقوم بوقف عمل هرمون يساعد في انتشار الخلايا السرطانية في الأجزاء الأخرى من الجسم. لكن المختصين أكدوا الحاجة إلى إجراء مزيد من الدراسات قبل إقرار إعطاء هذا الدواء لمعالجة المصابات بهذا المرض.

وتتجاوز حالات سرطان الثدي في بريطانيا ثلاثين ألف سنوياً، ويمكن معالجة أغلبها عند اكتشاف المرض في مراحلة المبكرة عندما تكون الإصابة محصورة بالثدي. لكن عند انتشار الخلايا السرطانية إلى خارج الثدي تتراجع فرص معالجة المرض.

ومعروف أن تجارب مخبريه سابقة أظهرت أن قدرة الخلايا السرطانية على التكاثر والانتشار

تزداد بوجود الهرمونات التي يفرزها الجسم في حالة التوتر.

وبهدف التأكد من هذه الفرضية قام الأطباء في المركز الطبي الملكي في مدينة نوتيجهام البريطانية وجامعة ويتينجن الألمانية بدراسة ٤٦٦ مريضة مصابة بمرض سرطان الثدي وقسموهن إلى ثلاث مجموعات، الأولى تشمل المريضات اللواتي يعانين من ارتفاع شديد في ضغط الدم ويتناولن دواء مضادا لارتفاع ضغط الدم الذي يسمى مثبطات بيتا.

والمجموعة الثانية تتناول نوعا أخر من الأدوية المضادة لارتفاع ضغط الدم والثالثة لا تعاني من مشاكل ضغط الدم.

ولوحظ أن معدل نمو الخلايا السرطانية في الثدي وانتشارها في المجموعة الأولى أقل بشكل ملحوظ من المجموعات الأخرى، وتبين أن احتمالات الموت بسبب هذا المرض لديها أقل بحوالي ٧١٪ من المجموعات الأخرى.

وأشار الدكتور بو من المركز الملكي إلى أنه يرجح أن تكون استجابة المصابات بسرطان الثدي واللواتي لا يعانين من ارتفاع ضغط الدم لمثبطات بيتا جيدة لكن يجب إجراء مزيد من الدراسة عن الجرعة المناسبة من هذا الدواء وأعراضه الجانبية. وأضاف أن النتائج الأولية التي توصلوا إليها تعتبر مشجعة جداً لأنه باستخدام دواء رخيص وآمن وفعال يمكن التقدم خطوة أخرى إلى الأمام في سبيل الوصول إلى معالجة سرطان الثدي.

[masrawy.com/ketab]

أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور/ محمد عبد السميع عيد

نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د. ثابت عبدالمنعم إبراهيم	بيطري
أ.د. علي حسين علي زرزور	طب
أ.د. محمد أبو القاسم محمد	هندسة
أ.د. أحمد غلاب محمد إبراهيم	زراعة
أ.د. حسام الدين محمد عمر	علوم
د. عادل عبده حسين أحمد	هندسة
د. ياسر محمد فضل	نوعية
د. عصام عادل أحمد	آداب
د. علاء عرفات خليفة	صيدلة